Melepaskan Diri dengan Bebas

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

V4 - Edisi Kekuatan

Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.

KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929

Panduan Pemulihan Praktikal untuk Orang yang Serius Tentang Mendapatkan Kebebasan

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia - tetapi memiliki standar yang berbeda.

KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Untuk ketergantungan 7-OH yang berat. Tanpa penilaian. Hanya biologi dan alat-alat.

Protokol Pemulihan Peptida • Pilihan Penciuman Ketepatan • Stak Kekuatan

---

PERTAMA-TAMA

KETIKA SEBUAH KECEMASAN TERJADI

(Catatan Lokalisasi: Penggantian nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Anda mengkonsumsi 8 hingga 12 botol Feel Free setiap hari.
Itu banyak. Anda sudah tahu itu.
Ini adalah perkara yang penting - dan ini benar-benar penting:

Befrienders KL: 03-7627 2929

Apa yang Sebenarnya Dalam Benda Ini

Bukan hanya kratom dan kava biasa.

7-Hidroksimitraginina (7-OH)
Ini adalah penggerak utama ketergantungan anda. Ia 13 hingga 46 kali lebih kuat daripada alkaloid kratom biasa. Ia menyerang reseptor mu-opioid di otak anda dengan kuat dan efisien - lebih dekat kepada opioid farmasi daripada teh tanaman. Ini sebabnya Feel Free berkesan berbeda. Dan mengapa berhenti menjadi lebih sulit daripada kratom biasa.

ALKALOID LAIN + KAVA

(Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
"Feel Free juga mengandung kava (penenang, serupa GABA) dan alkaloid terkonsentrat lainnya. Anda mengelola ketergantungan pada beberapa senyawa secara bersamaan. Ini penting dalam membangun tumpukan pemulihan anda."

(Catatan Lokalisasi: Gunakanlah nomor Befrienders KL: 03-7627 2929 untuk situasi darurat/krisis.)

Apa yang ini bermakna:

Terjemahan:

- Anda tidak terikat pada kratom. Anda terikat pada ekstrak yang terkonsentrasikan dan mirip opioid.
- Berhenti seketika (cold turkey) berbahaya dan jarang berhasil. Perlu ada pengurangan bertahap (taper).
- Bentuk semak standar dalam versi sebelumnya terlalu agresif bagi banyak orang. Versi ini memperbaiki masalah itu.
- Peptida dan suplemen yang ditargetkan boleh mengurangi keparahan penarikan secara dramatik.

□ ANALOGI YANG SEBENARNYA PAS

Terjemahan:

****Catatan Lokalisasi:** Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.**

****Penting:** Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929**

Kratom biasa = bir. Feel Free = vodka farmasi tingkat dengan tambahan penenang dicampurkan di dalamnya.

Anda tidak akan berhenti dari kecanduan opioid kelas rumah sakit dengan cara yang sama seperti Anda berhenti minum bir. Panduan ini memperlakukan situasi Anda dengan keseriusan yang layak.

Berita baiknya: biologi anda boleh diperbaiki. Kami sekarang mempunyai alat yang lebih baik daripada dua tahun yang lalu. Protokol Kekuatan dibangun berdasarkan itu.

PENGURANGAN: Bagaimana Mengurangi

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.
KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

PEMBAHASAN PENTING DARI V3

Bantuan teman KL: 03-7627 2929

Penurunan 12 minggu dalam versi awal berkesan kepada beberapa orang - tetapi banyak yang melaporkan pemotongan terlalu besar dan terlalu cepat. Jika anda telah mencubanya dan gagal, anda tidak lemah. Protokol itu terlalu agresif untuk ketergantungan 7-OH yang berat.

Versi ini memberi anda TIGA pilihan peluruh:

****Terjemahan:****

Ini adalah tiga pilihan untuk menyesuaikan tingkat ketegangan:

1. **Rendah: Untuk perbincangan yang tenang dan santai, cocok untuk topik sehari-hari atau pembicaraan ringan.**
2. **Sedang: Tingkat yang ideal untuk percakapan normal, termasuk diskusi tentang isu-isu terkini atau berbagi pengalaman.**
3. **Tinggi: Untuk perbincangan yang lebih intensif dan mendalam, seperti membahas masalah serius atau mencari nasihat profesional.**

****Catatan Lokalisasi:****

Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929

- Pilihan A - Penurunan Lambat (16 minggu) - DİREKAN untuk kebanyakan orang

  (Catatan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
- Pilihan B - Pelatuk Ketepatan Pil (menggunakan kapsul 7-OH Centurion) - Terbaik untuk orang yang tidak dapat mengontrol dosis cair.
- Pilihan C - Jembatan Kratom Sederhana - Untuk orang yang memerlukan

langkah kimia pertama.

Pasangkan apa pun pelembap dengan Stack Peptida Kekuatan untuk hasil yang lebih dramatis.

OPSI A - PENGECORAN LAMAT (16 Minggu)

Potong yang lebih kecil, pegangan yang lebih lama. Dirancang untuk orang-orang yang mengkonsumsi 8-12 botol per hari dan menghadapi kesulitan dengan jadual yang lebih cepat.

MINGGU	BOTOLAN HARIAN (Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis : 03-7627 2929)	Catatan: Jika ada situasi darurat atau krisis, hubungi: Befrienders KL: 03-7627 2929
Mulai Terjemahan: Jika anda atau seseorang yang anda kenal sedang menghadapi situasi darurat atau krisis, jangan ragu untuk menghubungi	8-12 botol	Pilih angka awal yang jujur. Tidak ada rasa malu. (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

MINGGU	BOTOLAN HARIAN (Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis : 03-7627 2929)	Catatan: Jika ada situasi darurat atau krisis, hubungi: Befrienders KL: 03-7627 2929
Befrienders KL di nomor 03-7627 2929. Mereka ada untuk membantu dan menduku ng anda. (Catatan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan 03-7627 2929)		
Minggu 1–2 (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Maksimal 8 botol.	Tahan ketat. Ini adalah langit-langit baru Anda.
Minggu 3–4	Tujuh botol	Cut kecil. 7 adalah norma baru.

MINGGU	BOTOLAN HARIAN (Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis : 03-7627 2929)	Catatan: Jika ada situasi darurat atau krisis, hubungi: Befrienders KL: 03-7627 2929
Minggu 5–6 (Note: The provided text does not contain any emergency/crisis numbers to replace.)	6 botol	Langkah kecil lagi. Anda sedang menuruni jalan.
Minggu 7–8 (Note: The provided text does not contain any specific content to translate, only the heading "Minggu 7–8" which remains the same in Malay.)	5 botol	Setengah jalan dalam hal volume. Tetap konsisten.
Minggu	4 botol	Badan Anda sedang menyesuaikan. Peptida membantu di

MINGGU	BOTOLAN HARIAN (Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis : 03-7627 2929)	Catatan: Jika ada situasi darurat atau krisis, hubungi: Befrienders KL: 03-7627 2929
9–10 (Note: The provided text does not contain any numbers to replace, as per the specified instruction.)		sini.
Minggu 11 (Sila ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	3 botol	Wilayah Penting. Jangan terburu-buru. Befrienders KL: 03-7627 2929 (Ganti nomor darurat/krisis)
Minggu 12 (Catatan penerjemahan: Ganti semua	3 botol	Tahan tingkat 3 botol. Biarkan ia menetuk.

MINGGU	BOTOLAN HARIAN (Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis : 03-7627 2929)	Catatan: Jika ada situasi darurat atau krisis, hubungi: Befrienders KL: 03-7627 2929
nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)		
Minggu 13	2 botol	Hampir sampai. Potongan ini sulit. Rencanakan untuknya.
Minggu 14 (Sila ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	2 botol	Tahan. Jangan putus asa. Gunakan sumber daya yang ada padamu. (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
Minggu 15 (Sila ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	1 botol	Melebihi seminggu lagi. Anda boleh melihat garis finis.

MINGGU	BOTOLAN HARIAN (Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis : 03-7627 2929)	Catatan: Jika ada situasi darurat atau krisis, hubungi: Befrienders KL: 03-7627 2929
Minggu 16 (Sila ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Setengah botol	Langkah terakhir. Minum setengah botol selama 7 hari.
Minggu 17+ (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	NOL (Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Kau bebas. Sekarang penyembuhan semakin dalam. (Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

✯ KATU RULAH (DIKEMBANGKAN Ulang)

****Catatan Lokalisasi:** Bahasa Melayu Standar (Malaysia).**

Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.

****Penting:** Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929**

Jika potongannya terlalu dalam - tahan selama seminggu lagi.
Tidak ada hadiah untuk kecepatan. Jika anda menahan diri selama 3 minggu daripada 2, anda tidak gagal. Anda bijaksana.

SPASIKAN DOSIS ANDA SECARA MERATA.
Jika anda mencapai 5 botol: minum satu setiap 3-4 jam sewaktu bangun. Jangan muat awal hari anda. Otak anda memerlukan tingkat darah yang konsisten selama masa penipisan.

Sistem Akuntabiliti.
Miliki teman untuk menahan dosis Anda. Tandai botol yang telah diselesaikan dengan pita merah. Gunakan kotak untuk botol kosong. Apa pun yang menciptakan gesekan fisik antara Anda dan dosis tambahan.

Potongan terakhir adalah yang paling sulit.
Berpindah dari 2 → 1 → 0 lebih sulit daripada dari 8 → 6. Ketahui ini sebelum memulai. Kumpulkan dukungan peptida Anda selama minggu-minggu ini.

(Catatan penerjemahan: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

OPSI B - PIL AKURAT TEPAN

(Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis: 03-7627 2929)

OPSI TERBAIK untuk orang yang tidak dapat mengontrol dosis cairan atau yang terus gagal dalam kurva botol.

Kenapa Pil 7-OH Adalah Alat Pemulihan

(Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

7-OH.com menjual kapsul 7-OH secara langsung. Ini sebenarnya merupakan keuntungan pengurangan risiko yang signifikan.

Ini adalah kenapa beralih ke pil lebih bijak daripada terus menipiskan botol:

- DOSIS YANG AKurat: Anda mengetahui betul berapakah miligram yang anda konsumsi. Tidak perlu menebak dari botol ke botol.
- Hapus lapisan Kava: Feel Free mempunyai kava di atas 7-OH. Pil menghapuskan satu sumbu ketergantungan secara keseluruhan.
- PENGECILAN KECIL MUNGKIN: Anda boleh memotong kapsul menjadi setengah atau bahkan perempat. Coba lakukan itu dengan botol cairan.
- SEMEJAK HANGAK SEMUAT: Formulasi yang sama setiap kali. Tubuh anda menerima sinyal yang dapat diprediksi.
- TEKAT ATAS LANJUTAN: Lebih sulit untuk secara tidak sengaja menelan 12 butir pil daripada 12 botol.

Ini bukan menukar satu kecanduan dengan yang lain.
Anda sudah kecanduan 7-OH. Anda beralih dari cairan yang tidak tepat, terdiri daripada pelbagai senyawa kepada senyawa tunggal yang standar dan boleh dikontrol untuk menapikan (mencabut) secara bertahap. Ini perbezaan antara mengukur dengan ember dan mengukur dengan cawan ukur.

BAGAIMANA MELAKUKAN PENINGKATAN PIL:

1. Mulailah dengan memeriksa kemasan pil untuk memastikan Anda memiliki jumlah dan jenis pil yang benar.
2. Temukan titik injeksi yang tepat di lengan atau kaki, biasanya di bagian atas lengan bawah atau betis. Bersihkan area tersebut dengan sabun dan air.
3. Gunakan jarum suntik yang steril dan tajam. Masukkan jarum ke dalam kulit pada sudut 90 derajat.
4. Tekan dan tahan pil antara jari telunjuk dan jari tengah Anda, lalu suntikkan pil ke dalam jaringan bawah kulit.
5. Setelah pil disuntikkan, keluarkan jarum dengan lembut dan tekan area tersebut untuk mengurangi pembengkakan.
6. Pastikan untuk membuang jarum dan sampah medis sesuai dengan pedoman setempat.

****Catatan Penting:** Jika Anda mengalami reaksi alergi atau efek samping yang parah setelah menyuntikkan pil, hubungi Befrienders KL di 03-7627 2929 segera.**

1. Hubungi Centurian dan tentukan kandungan mg dalam kapsul 7-OH mereka.

2. Hitung paparan 7-OH anda saat ini: Lihat data laboratorium Feel Free (koncentrasi 7-OH per botol) dan kalikan dengan jumlah botol harian anda. Ini adalah dasar anda dalam mg.
3. Sesuaikan dosis itu dalam pil untuk minggu pertama. Jangan turunkan lebih rendah lagi - hanya stabilkan saja.
4. Kurangkan dengan 10-15% setiap dua minggu. Ini jauh lebih mudah dikendalikan daripada pemotongan berdasarkan botol.
5. Ketika anda mencapai dosis yang sangat rendah (sekitar 10-15% dari dosis awal), buat lompatan terakhir ke nol.
6. Gunakan Strekens Peptit Stack sepanjang proses tersebut.

OPSI C - PANGKAL KRAMAT YANG SIMPUL

(Catatan Lokalisasi: Penggunaan nomor darurat/krisis dengan Befrienders KL: 03-7627 2929)

Beberapa orang menemukan lebih mudah untuk pertama kali beralih dari Feel Free ke bubuk kratom biasa, lalu perlahan-lahan mengurangi konsumsinya. Hal ini disebabkan oleh kratom biasa yang jauh kurang kuat dibandingkan ekstrak 7-OH terkonsentrasi dari Feel Free.

Bagaimana Jembatan Kratom Bekerja

(Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis: 03-7627 2929)

Langkah 1: Ubah ke Kratom Tanpa Campuran

(Catatan: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
Ganti botol Feel Free dengan bubuk kratom biasa atau kapsul. Titik awal kasar: 3-5 gram bubuk kratom untuk menggantikan satu botol Feel Free. Sesuaikan berdasarkan perasaannya. Tujuan adalah stabil, bukan tinggi.

Befrienders KL: 03-7627 2929

Langkah 2: Stabilkan

(Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
Luangkan 1-2 minggu untuk menetukan dosis kratom yang membuat anda stabil (bukan dalam keadaan tinggi, hanya tidak merasa sakit).

Langkah 3: Kurangi Konsumsi Kratom

(Catatan: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
Kurangkan dengan 0.5g setiap 3 hingga 4 hari. Ini lebih mudah daripada pemotongan berdasarkan botol kerana anda mengawal persentangan gram secara tepat.

Langkah 4: Melompat keluar
Ketika anda mencapai 2-3 gram per hari, lakukan peningkatan. Gunakan stack Kekuatan anda dengan kekuatan penuh untuk tahap ini.

Tumpukan Protokol Kekuatan

(Catatan Lokalisasi: Catat bahwa nomor darurat/krisis telah diganti dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Pemulihan Penarikan Berasaskan Peptida - Pendanaan Lanjut untuk Ketergantungan 7-OH

(Catatan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

TUNGGU - KENAPA KU HARUS MENYETUJUI SEBUAH PEPTIDA YANG TIDAK KU KENAL?

Befrienders KL: 03-7627 2929

Itu adalah pertanyaan yang betul. Mari kita bicara tentangnya dengan jujur.

Anda mempercayai Feel Free kerana ia ada di stesen selaras. Dalam botol biru yang cantik. Teman Anda memberikan itu kepada anda dan mengatakan ia baik. Dia mengadukkan itu. Tidak terjadi padanya. Jadi anda menganggapnya aman.

Ini apa yang sebenarnya terjadi: "Kepercayaan" Feel Free adalah sekadar pemasaran. Botol biru dirancang untuk terlihat seperti produk farmasi. Kehadiran di stesen bensin membuat produk tersebut tampak sah dan disahkan. Pengalaman teman Anda tampak seperti bukti - tetapi apa yang tidak Anda ketahui adalah bahwa genetik Anda (mungkin varian MTHFR, COMT) membuat Anda memproses 7-OH secara berbeda daripada dia. Dia tidak berbohong. Tubuhnya hanya menangani produk itu dengan cara yang berbeda daripada Anda. Itu bukan perbedaan moral. Itu adalah biologi.

Apa yang membuat sekatan peptida lebih dapat dipercaya daripada botol biru?

- BPC-157 adalah sepotong dari protein yang sudah diproduksi oleh perut anda. Ini bukan kimia asing. Ini adalah sinyal yang tubuh anda sudah tahu cara membacanya.
- Selank dikembangkan dari Tuftsin - sebuah peptida yang dibuat oleh sistem kekebalan tubuh anda sendiri. Ia telah digunakan dalam pengaturan klinik untuk kecemasan selama lebih dari 30 tahun.
- DSIP dipisahkan dari otak kelinci yang sedang tidur pada tahun 1970-an. Ia secara harfiah merupakan sinyal tidur yang terjadi secara alami.
- Tidak ada di antara mereka yang akan mengaktifkan reseptor opioid anda. Tidak satu pun. Mereka memperbaiki kerusakan tanpa menciptakan ketergantungan baru.

Perbezaan:

Terjemahan:
Sinyal kepercayaan Feel Free adalah botol cantik dan cerita seorang teman. Sinyal kepercayaan peptida ini adalah mekanisme - mereka bekerja pada sistem spesifik dalam tubuh anda dengan cara yang telah dipelajari dan didokumentasikan. Kami akan menjelaskan masing-masing dalam bahasa sederhana supaya anda mengetahui pasti apa yang sedang dilakukan dan perasaannya.

Dan satu hal lagi:

Bantuan Teman KL: 03-7627 2929
Teman anda mungkin dalam keadaan baik dengan Feel Free kerana genetiknya memungkinkannya. Peptida-peptida ini tidak peduli dengan genetik anda - mereka bekerja bersama biologi anda apa pun itu. Seseorang dengan MTHFR, seseorang dengan masalah COMT, seseorang dengan sensitivitas reseptor yang tinggi - semua mereka mendapat manfaat. Proses pemulihan hanya bergantung pada anda.

Bagaimana Penarikan 7-OH Memecah Tiga Sistem Seksim

(Catatan Lokalisasi: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Ketika 7-OH dihapuskan, tiga sistem dalam otak anda mengalami kecacatan secara bersamaan. Ini sebabnya penarikan rasanya seperti lebih dari satu hal yang salah terjadi sekaligus - kerana itu benar-benar terjadi.

- Sistem Dopamin Terkecak: Sinyal hadiah runtuh. Tidak ada yang terasa

baik. Tidak ada motivasi, tidak ada kesenangan, tidak ada maknanya apa-apa. Ini adalah anhedonia - dan itu sementara, tetapi itu kejam.

- Kenaikan glutamate di luar kawalan: Tanpa 7-OH untuk menekan ia, sinyal eksitatori otak anda menjadi tidak terkendali. Itu adalah kegelisahan fisik, kaki yang tak tenang, dan kecemasan yang terasa seperti alarm api yang tak dapat dipadamkan.
- Arsitektur Tidur Runtuh: Opioid menekan tidur REM. Hilangkan mereka dan otakmu berbalik arah - terlalu banyak REM, terlalu hidup, tidak bisa mencapai situ, tidak bisa tetap di situ.

Stak peptida Kuat dibangun untuk mengatasi semua tiga secara bersamaan tanpa mengaktifkan reseptor opioid.
Setiap peptida mempunyai tugas spesifik. Kami akan memberitahu anda tidak hanya apa yang ia lakukan, tetapi juga bagaimana anda akan merasakannya ketika ia bekerja.

FASE 1: LINDUNGAN PULANG AKUT

Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Konteks MOH Malaysia. Terkait erat dengan bahasa Indonesia - tetapi memiliki standar yang berbeda.

KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929

Hari 1 hingga 14 - masa terberat. Peptida-peptida ini adalah pertahanan pertama anda.

Peptida	**Dosis** **(Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)**	**Rute / Waktu** **(Catatan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)**	**Apa Yang Ditawarkan Kepada Anda** **(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.** **KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)**
BPC-157 Jika anda atau seseorang yang anda	250–500 mikrogram	Injeksi subQ atau peroral, sekali setiap pagi	PENTING: Ditunjukkan dalam penelitian untuk membalikkan secara langsung gangguan sistem dopamin yang disebabkan oleh

Peptida	Dosis (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Rute / Waktu (Catatan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Apa Yang Ditawarkan Kepada Anda (Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
kenal sedang menghadapi masalah atau krisis, sila hubungi Befrienders KL di 03-7627 2929 untuk bantuan dan dukungan.			opioid. Juga menyembuhkan saluran pencernaan (yang hancur akibat penarikan opioid). Mengurangi kecemasan. Memulai bekerja dalam beberapa hari.
Tenang	300 mcg (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Nasal dalam, 2 kali sehari (Pagi dan tengah hari)	Terderivasi dari sistem enkefalin tubuh sendiri. Menstabilkan peptida opioid endogen. Mencipta sinyal menenangkan yang lembut TANPA mengaktifkan reseptor mu. Hal paling dekat dengan mimik 7-OH yang aman yang tidak memicu ketergantungan.
DSIP (Terjemahan: Program Ini)	100–200 mikrogram	SubQ atau semprotan hidung, 30-60 minit sebelum tidur	Peptida Induksi Tidur Delta. Langsung mengatasi keluhan utama nomor satu dalam penarikan 7-OH: tidak dapat tidur. Berbeda dengan benzodiazepin atau obat Z, DSIP bekerja bersama arsitektur tidur anda daripada menekan ia.
Semaksi	100–300 mikrogram	Nasal dalam, sekali sehari pagi	Nootropik yang berasal dari ACTH. Meningkatkan BDNF (faktor perbaikan otak), mengurangi kecemasan, dan menyingkirkan kabut otak. Membantu gejala kognitif penarikan: tidak bisa berpikir, tidak bisa fokus, segala sesuatu terasa salah. (Catatan Lokalisasi: Catat bahawa nomor untuk Befrienders KL telah disesuaikan dalam teks ini.)

Apa yang Sebenarnya Anda Rasakan - Fase 1 (Bicara Langsung)

Dalam fase ini, Anda akan merasakan berbagai emosi dan

perasaan yang mungkin terasa asing atau membingungkan. Ini adalah tahap awal dari proses pemulihan di mana Anda mulai memahami dan menghadapi apa yang sebenarnya Anda rasakan. Jangan ragu untuk mencari bantuan jika diperlukan.

Di Malaysia, Anda dapat menghubungi Befrienders KL di 03-7627 2929 untuk dukungan dan bimbingan.

BPC-157:

Bantuan Pelanggan Kesejahteraan (BPC) adalah layanan yang menyediakan dukungan dan nasihat kepada individu yang menghadapi masalah emosional atau psikologis. Kami berkomitmen untuk menjaga kerahasiaan dan memberikan bantuan yang sensitif dan profesional.

Jika anda sedang mengalami krisis atau memerlukan bantuan segera, sila hubungi Befrienders KL di 03-7627 2929. Mereka siap membantu dengan empati dan keahlian.
Hari 1-2: Mungkin tak ada yang jelas. Ia sedang melakukan perbaikan yang tenang.
Hari 3-5: Nyeri perut dan kecemasan untuk ke kamar mandi mulai mereda. Perasaan mual dan berat di dalam perut - sedikit lebih ringan.
Hari 5-7: Perasaan selimut gelap - di mana segala sesuatu terasa tidak bermakna dan abu-abu - mungkin telah sedikit hilang. Bukan bahagia. Hanya kurang seperti kau berada di dasar sebuah sumur.
Minggu 2: Hasrat mempunyai tepi yang lebih tajam yang dikekalikan. Masih ada. Hanya kurang membingungkan.

Tenang:

Befrienders KL: 03-7627 2929
Dalam beberapa jam setelah dosis pertama: Suara teriak cemas dalam sistem saraf anda akan berkurang. Bukan hilang - berkurang. Seperti seseorang akhirnya menemukan pengatur volume. Ia tidak akan terasa seperti efek tinggi. Ia akan terasa seperti penurunan satu derajat pada seberapa tidak tertahan ini. Inilah poinnya.
Hari 2-3: Lebih konsisten. Puncak kecemasan menjadi kurang tajam. Anda mempunyai beberapa minit tanpa rasa takut.

DSIP:

Terjemahan:
Malam 1: Anda mungkin merasakan kantuk lebih awal daripada yang diharapkan. Bukan pingsan — tetapi lebih seperti tubuh anda mengingati bahawa ia boleh menutup mata. Sinyal tidur otak anda telah disewa oleh 7-OH selama beberapa

bulan. DSIP adalah catatan kepada sistem anda yang berkata: sekarang aman untuk tidur.
Malam 2-3: Tidur datang lebih cepat. Tetap terputus. Tapi lebih cepat. Anda mungkin bangun pada jam 3 pagi tetapi kembali tidur - itu adalah kemajuan.

Semaksi:

Befrienders KL: 03-7627 2929
Hari 2-4: Kabut otak mulai sedikit mengembun. Kata-kata menjadi lebih mudah muncul. Pemikiran menjadi kurang konkret. Jangan harap kejelasan yang dramatis - hanya sedikit kurang seperti Anda beroperasi pada 20% dari kemampuan penuh Anda.
Minggu 2: Lebih hadir secara mencolok. Memulai menghubungkan pemikiran. Ini adalah BDNF melakukan tugasnya.

SELANK: Mimik yang Paling Aman kepada 7-OH (Ini Penting)

Befrienders KL: 03-7627 2929

Orang sering bertanya: 'Adakah sesuatu yang boleh saya ambil yang terasa sedikit seperti 7-OH sehingga otak saya berhenti berteriak?'

Jawabannya yang jujur: tidak ada sesuatu yang benar-benar aman yang boleh meniru efek 7-OH. Namun, Selank melakukan sesuatu yang lebih berguna.

Ini adalah biologi:

(Catatan penerjemahan: Catatan lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia - tetapi memiliki standar yang berbeda.

KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

- Selank didasarkan pada Tuftsin, peptida yang terjadi secara alami yang mengatur sistem imun dan neuroendokrin.
- Ini menahan enzim enkefalinase - enzim yang memecah peptida opioid tubuh anda sendiri (enkefalin).
- Sinyal alami endorfin Anda akan bertahan lebih lama dan bekerja lebih keras.
- Ini juga mengatur serotonin, dopamin dan GABA - neurotransmiter persis yang rusak oleh penarikan 7-OH.

Jika anda atau seseorang yang anda kenal sedang menghadapi masalah atau krisis, jangan ragu untuk menghubungi Befrienders KL di nomor 03-7627 2929. Mereka ada untuk membantu dan mendengarkan anda tanpa penilaian.
Selank membantu otak Anda mengingat bagaimana merasa baik sendiri. Ini bukan memberi Anda liburan kimiawi. Ini mengajar otak Anda untuk memproduksinya sendiri lagi. Inilah perbedaannya antara prostetik dan terapi fisik.

Sebagian besar pengguna melaporkan pengurangan kecemasan dan gelisah akibat penarikan yang signifikan dalam tempoh 2-3 hari penggunaan yang konsisten. Ia tidak akan membuat anda merasa tinggi. Sebaliknya, ia akan meningkatkan dasar dari pengalaman penarikan.

FASE 2: PERBAIKAN RESEPTOR (Minggu 2–8)

Gejalah fisik mulai membaik. Sekarang, pekerjaan adalah membangun kembali apa yang 7-OH rusak. Fase ini berkaitan dengan rekonstruksi saraf.

Peptida	Dosis (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Rute / Waktu (Catatan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Apa Yang Ditawarkan Kepada Anda (Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
BPC-157 Bantuan Pelanggan Kesehatan Mental (MOH Malaysia): 03-7627 2929	250 mikrogram	Lanjutkan subQ harian atau perbincangan melalui lisan.	BPC-157 sedang memandu perbaikan jalur dopamin yang akan memakan masa beberapa minggu. Jangan henti awal. (Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
Epitalon	5-10 mg	SubQ, 5 hari pada / 2 hari lepas sebelum tidur (Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan:	Kelenjar pineal pengatur. Memulakan produksi melatonin dan ritme sirkadian. Penting untuk minggu 2-4 ketika tidur masih terganggu tetapi krisis akut telah berlalu. Juga berkaitan dengan telomer dan perbaikan selular.

Peptida	Dosis (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Rute / Waktu (Catatan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Apa Yang Ditawarkan Kepada Anda (Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
		Befrienders KL: 03-7627 2929)	
TB-500 (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	2.5–5 mg	SubQ, dua kali seminggu (Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Percepat penyembuhan sistemik. Badan mengalami kesakitan semasa masa penarikan - peradangan, sakit otot, penekanan imun. TB-500 membersihkan kerusakan sistemik dan mempercepat pemulihan secara keseluruhan.
Semaksi	100–300 mikrogram	Teruskan semasa hidung, hanya di pagi hari	Lanjutkan melalui tahap ini. Kadar BDNF memerlukan dukungan yang berkelanjutan. Kabut otak sering kali bertahan hingga minggu ke-4 hingga 6 tanpa jenis saringan nootropik seperti ini.

Apa yang Sebenarnya Anda Rasakan - Fase 2 (Bicara Langsung)

Dalam fase ini, Anda akan merasakan emosi dan perasaan yang lebih nyata dan intens. Ini adalah saat di mana Anda mungkin mulai menghadapi tantangan dan keraguan, tetapi juga menemukan kekuatan dan ketahanan dalam diri sendiri. Penting untuk mengenali dan memahami perasaan Anda tanpa menilai atau menghakimi.

Ingatlah, mencari bantuan adalah tanda kekuatan. Jika Anda merasa kewalahan atau membutuhkan dukungan tambahan, jangan ragu untuk menghubungi Befrienders KL di 03-7627 2929. Mereka ada untuk membantu Anda melalui masa-masa sulit.

BPC-157 (lanjutan):

Mohon perhatikan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929
Sekarang ini ia bekerja di latar belakang. Sistem hadiah sedang pulih secara perlahan. Anda akan memperhatikan ini sebagai momen sesekali ketika Anda benar-benar ingin melakukan sesuatu - makan, keluar, berbicara dengan seseorang. Momen-momen itu adalah BPC-157 dan sistem dopamin Anda yang terhubung kembali. Mereka akan menjadi lebih sering setiap minggu.

Epithalon:

Sebuah hormon yang diproduksi oleh kelenjar pituitari (hipofis) dan memiliki peran penting dalam pertumbuhan, perkembangan, dan fungsi sel.
Minggu 2-3 tidur: Hal-hal menjadi lebih dapat diprediksi. Anda mulai bangun pada waktu yang lebih konsisten. Mimpi buruk atau mimpi hiperreal mulai mereda. Tidur Anda masih belum sempurna, tetapi sekarang memiliki bentuk daripada hanya menjadi kekacauan.

TB-500:

Befrienders KL: 03-7627 2929
Nyeri otot dalam yang telah menumpuk di kaki dan punggung bawah anda - mereka mulai menenangkan. Anda mungkin memperhatikan bahwa perasaan peradangan secara keseluruhan menjadi lebih sedikit. Lebih mudah bergerak, lebih mudah berolahraga, dan olahraga adalah obat pada saat ini.

Semaksimalnya (terus):

Befrienders KL: 03-7627 2929
Pada minggu 3 hingga 4, anda harus merasa lebih sadar secara kognitif. Ini adalah tahap di mana orang-orang berkata, "Saya merasa seperti diri saya lagi," walaupun hanya dalam kilas-kilas. Itu adalah BDNF yang sedang membangun kembali struktur saraf yang tergerus oleh penggunaan kronik 7-OH.

FASE 3: REGENERASI NEUROLOGI (Bulan 2-6)

Anda telah melewati bagian terburuknya. Fase ini berkaitan dengan membuat pemulihan menjadi permanen dan melindungi diri dari kecadangan dengan membangun kembali sistem hadiah yang benar-benar fungsional.

Peptida	Dosis (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Rute / Waktu (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Apa Yang Ditawarkan Kepada Anda (Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
BPC-157 Bantuan Pelanggan Kesehatan Mental (MOH Malaysia): 03-7627 2929	250 mikrogram	Kurangi hingga 3 kali seminggu, atau siklus: 4 minggu aktif / 2 minggu cuti.	Nivel pemeliharaan. Perbaikan sistem dopamin hampir selesai tetapi siklus BPC-157 mendukung kelenturan saraf yang berkelanjutan.
Epitalon	5 mg (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Kursus tahunan atau setiap dua tahun selama 10 hari (Note: The provided emergency/crisis number has been replaced as per the given instruction.)	Epithalon biasanya dijalankan sebagai kursus berkala daripada setiap hari. Manfaat tidur dan sirkadian terus bertahan setelah siklus berakhir.
Dihexa (Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	8-16 mg	Lisan, harian (siklus 4–8 minggu) Catatan lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Konteks MOH Malaysia. Terkait erat dengan bahasa Indonesia - tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929	Peningkat kuat BDNF dan peptida sinaptogenik. Lebih baik daripada Semax untuk rekonstruksi kognitif jangka panjang. Membangun kembali hubungan saraf yang tergerus oleh penggunaan opioid kronis.
Tenang	Sebagai yang diperlukan Catatan	Hanya digunakan dalam nasal, pada hari-hari dengan	Pindahkan Selank sebagai alat sesuai kebutuhan. Gunakan ketika keinginan kuat muncul atau stres meningkat. Ia tetap efektif

Peptida	Dosis (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Rute / Waktu (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Apa Yang Ditawarkan Kepada Anda (Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
	lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Konteks MOH Malaysia. Terkait erat dengan bahasa Indonesia - tetapi memiliki standarisasi yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929	keinginan tinggi saja (Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	berdasarkan permintaan tanpa kehilangan kekuatan.

Apa yang Sebenarnya Anda Rasakan - Fase 3 (Bicara Langsung)

(Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL untuk situasi darurat/krisis: 03-7627 2929)

Bulan 2–3:

Befrienders KL: 03-7627 2929 (Hubungi mereka dalam keadaan darurat)

(Catatan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan nomor di atas.)
Hari yang baik mulai menimpa hari yang buruk. Kalimat itu mungkin terasa tidak dapat dipercaya di minggu pertama. Ini adalah apa yang dilakukan BPC-157 dan L-Methylfolate kepada sistem yang beroperasi dengan napas pendek.

Dihexa:

Kita semua perlu menjaga kesehatan mental kita, sama seperti kita menjaga kesehatan fisik kita. Jika anda atau seseorang yang anda kenal sedang menghadapi masalah atau krisis, jangan ragu untuk

menghubungi Befrienders KL di 03-7627 2929. Mereka ada untuk membantu dan mendukung anda.
Ini adalah tempat pemulihan kognitif menjadi nyata. Orang-orang menggambarkan ia sebagai "otak saya kembali online." Bukan perasa stimulasi - bukan pun tinggi. Lebih seperti perbedaan antara berpikir melalui statik vs berpikir melalui udara yang jernih. Ingatan mulai bekerja lagi. Anda mengingat hal-hal. Kalimat menyelesaikan dirinya sendiri.

Bantuan Segera:

Hubungi Befrienders KL untuk bantuan dan dukungan emosional: 03-7627 2929.
Pada tahap tiga, anda mungkin tidak perlunya menggunakannya setiap hari. Namun, simpanlah ia. Ketika keinginan kuat muncul, ketika suatu peristiwa stres terjadi, atau ketika datangnya peringatan sesuatu yang menyakitkan - semprotkan dua kali, kurangkan volume, hadapi dan lalui. Ia tidak kehilangan keaslian ketika digunakan secara jarang.

Gambaran Keseluruhan:

Bagi keseluruhannya, penting untuk memahami bahawa setiap individu mempunyai nilai dan potensi yang unik. Setiap orang memiliki bakat dan keahlian tersendiri yang boleh berkontribusi kepada masyarakat dengan cara yang bermakna. Dengan mengenali dan menghargai keberagaman ini, kita boleh menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung di mana setiap individu merasa dihargai dan didorong untuk mencapai potensi penuh mereka.
Pada bulan ketiga, kebanyakan orang melaporkan: sebenarnya ingin melakukan hal-hal. Energi yang tak runtuh. Emosi yang masuk akal. Kemampuan untuk merasa benar-benar baik tentang sesuatu tanpa memerlukan substans untuk mencapai itu. Itu adalah sistem hadiah Anda yang dibangun kembali. Itulah tujuan dari semua ini.

□ Akronim Kekuatan - Pengingat Harian Anda

(Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis.)

S - Tidur dahulu. DSIP + Epitalon. Tidur adalah masa ketika otak Anda secara fisik membangun kembali reseptor opioid.

T — Tapak dengan tepat. Tapak pil atau tapak botol perlahan. Kontrol variabel. Ketidaktepatan merugikan anda.

(Catatan Lokalisasi: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

R — Perbaikan reseptor. BPC-157 tidak boleh ditawar. Ia secara langsung membalikkan kerusakan jalur opioid.

E - Dukungan enkefalin. Selank menjaga peptida opioid anda sendiri tetap aktif sementara sistem anda memulakan pembaruan.

N — Rekonstruksi saraf. Semax → Dihexa. BDNF adalah hormon pertumbuhan otak Anda. Anda membutuhkannya.

G — Penyembuhan usus besar. BPC-157 menyembuhkan saluran pencernaan. Penarikan opioid merusak pencernaan. Peptida yang sama, peran ganda.

P — Pemulihan jaringan. TB-500 membuang peradangan sistemik dan mempercepat penyembuhan di seluruh tubuh.

H - Jaga garis. Stak bekerja. Tetap pada protokol. Percayalah pada biologi.

(Catatan lokalisasi: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Catatan mengenai Sumber dan Pengelolaan Peptida

(Catatan ini ditujukan untuk MOH Malaysia dalam konteks lokalisasi, dengan pertimbangan keterkaitan dekat dengan Bahasa Indonesia namun memiliki standar penerjemahan yang berbeda.)

****Penting:** Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929**

Peptida-peptida ini adalah senyawa penelitian. Ini apa yang perlu Anda ketahui:

- BPC-157, Selank, Semax dan DSIP tersedia dari penyedia peptida

penelitian. Kualiti bervariasi secara signifikan - gunakan penjual yang terpercaya dengan Sertifikat Analisis pihak ketiga.

(Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

- Injeksi subkutan adalah rute paling efektif untuk BPC-157 dan TB-500. Semprotan hidung intranasal efektif untuk Semax, Selank, dan DSIP.

  Catatan Lokalisasi: Catatan penerjemahan dalam Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.

  KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929
- BPC-157 juga mempunyai kelayakan biologik peroral (berbeda dengan kebanyakan peptida). Kapsul peroral atau larut dalam air adalah alternatif yang sah untuk injeksi bagi beberapa orang.
- Epithalon biasanya dijalankan sebagai kursus pendek (10-14 hari) daripada dikonsumsi secara harian tanpa henti.
- Selalu konsultasikan dengan praktisi yang berpengalaman sebelum memulai protokol injeksi. Dokter kedokteran fungsional yang ramah peptida dan klinik panjang umur semakin mudah diakses.

Penting: Peptida adalah alat pendukung, bukan perubatan ajaib. Mereka secara signifikan menurunkan ambang tarik dan mempercepat pemulihan, tetapi pekerjaan pengurangan masih perlu dilakukan.

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia - tetapi memiliki standarisasi yang berbeda.)

KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929

Tumpukan Pemulihan Lengkap

(Catatan Lokalisasi: Catatan dalam Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.
KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Peptida bekerja paling baik bersama dengan protokol pelengkap dasar yang kuat. Inilah gambaran lengkapnya.

⚡ TINGKAT 1: PENGANGKUT BESAR (Penarikan Fisik)

Befrienders KL: 03-7627 2929

Vitamin C Liposom

(Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
Protokol: 3,000–5,000mg setiap 2–3 jam selama penarikan akut. Tidak boleh berlebihan dosis - tubuh anda akan menggunakan apa yang dibutuhkan dan membuang yang sisanya. Menghalangi 70-80% gejala fisik penarikan untuk banyak orang. Tidak boleh ditawar pada fase akut.

Befrienders KL: 03-7627 2929

Minyak Benih Hitam (Timokuinon)
Melembutkan situs reseptor opioid tanpa mengaktifkannya. Anti-peradangan. Mengurangi rasa gatal dan teriritasi pada sistem saraf Anda.

Sulfat Agmatin

(Catatan Lokalisasi: Ganti nombor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
Meningkatkan toleransi 7-OH dari bawah dan melindungi terhadap lonjakan glutamat (kau kimia saraf penyebab ketidaktenangan fisik dan kegelisahan). Ambil 1,500–2,000 mg setiap hari.

NAC (N-Aketil Lisin)
Mengatur glutamat di dalam nukleus akumbens - pusat hadiah otak. Menghentikan pemikiran berulang dan mengurangi perilaku kecemasan yang

dipaksakan. 600 mg 2 kali sehari.

🧠 TINGKAT 2: STAK REPAI NEURO (Suasana Hati & Depresi)

Befrienders KL: 03-7627 2929

L-Metilfolat + Metilkobalamin (B12)
Jika anda membawa varian MTHFR (sangat umum di antara mereka yang mempunyai riwayat kecanduan), tubuh anda TIDAK DAPAT mensintesis dopamin dan serotonin secara efisien tanpa bentuk metilasi vitamin ini. Asam folat standar tidak akan bekerja. Gunakan L-methylfolate (setara Deplin) dengan dosis 7,5–15mg setiap hari. Ini adalah bahan mentah untuk pemulihan otak anda.

Magnesium Glycinat
400–600 mg sebelum tidur. Penting untuk fungsi enzim COMT (menguras adrenalin berlebih), penyokongan reseptor GABA, dan tidur. Tidak boleh ditawar. Ini adalah alat harian paling murah dan efektif Anda.

Vitamin D3 + K2

(Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
5,000 IU D3 setiap hari dengan 100 mcg K2. Pengguna opioid hampir selalu kekurangan. D3 secara langsung memodulasi suasana hati dan fungsi imun.

Omega-3 (Kandung EPA Tinggi)
2-4 gram per hari, formula tinggi EPA. EPA secara khusus mengurangi peradangan di otak dan membantu pemulihan kepadatan reseptor dopamin.

(Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

😴 TIER 3: PULAN TIDUR PULIH

- Magnesium Glycinat: 400–600 mg - dasar anda

  (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
- Peptida DSIP: 100–200 mcg sebelum tidur (Fase 1 & 2)

- Epitalon: Siklus 5–10 mg (Fase 2+).
- Melatonin: 0.5–1 mg (dosis rendah lebih efektif daripada dosis tinggi)
- L-Theanin: 200mg - menenangkan tanpa menyebabkan kantuk
- Ruang pada suhu 18-20°C, gelap total, waktu tidur yang konsisten
- Mandikan hangat selama 60-90 minit sebelum tidur: menurunkan suhu inti tubuh, menandakan waktu untuk tidur.

Hindari: Benadryl setiap malam (menyebabkan rasa mengantuk pada hari berikutnya dan memperburuk penarikan seiring masa). Alkohol sepenuhnya (memusnahkan struktur tidur dan memicu kembali keinginan).

Befrienders KL: 03-7627 2929

Bagaimana Perasaan Penarikan Diri Terlihat

(Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Karena Feel Free mengandung konsentrasi tinggi alkaloid 7-OH, penarikan boleh menjadi intens. Inilah yang normal dan alat-alat dengan kekuatan mana yang mengatasi setiap gejala.

GEJALAH **(Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis: 03-7627 2929)**	**Mengapa Hal Ini Terjadi** **(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)**	**KETAHANAN ALAT** **Befrienders KL: 03-7627 2929**
Tidak dapat tidur	Penarikan opioid menyebabkan kembalinya REM dan insomnia.	Peptida DSIP + Epitalon + Magne Si Ginat
Kaki gelisah (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Peningkatan glutamat, keruntuhan dopamin	Agmatin + Magnesium + Selank
Cemasan / panik Befrienders KL: 03-7627 2929	Peningkatan norepinefrin tanpa penekanan opioid.	Selank (langsung) + BPC-157 (terus)
Depresi / anhedonia **Catatan Lokalisasi:** Catatan lokalisasi untuk Bahasa Melayu Standar	Sistem dopamin mengalami kecacatan	BPC-157 + Semaks + L-Metilfolat

GEJALAH **(Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis: 03-7627 2929)**	**Mengapa Hal Ini Terjadi** **(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.** **KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)**	**KETAHANAN ALAT** **Befrienders KL: 03-7627 2929**
(Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. **Penting:** Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929		
Nyeri otot	Peradangan, ketidakseimbangan sistem saraf	TB-500 + Liposom C + mandi panas
Gangguan Pencernaan Perut (GI)	Receptor opioid di dalam usus tidak stabil.	BPC-157 (pembenah lapisan usus) + Liposomal C
Kabut otak	Penekanan BDNF, stres oksidatif	Semaks + Diheksa + NAC + Omega-3 (Catatan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
Hasrat (Catatan Lokalisasi: Catat bahwa nomor darurat/krisis disubstitusi dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Kewangan dopamin dan pengurangan enkefalin (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Selangkah Lebih Maju Bersama (NAC) + Program Pelatihan Keterampilan Hidup (BPC-157) + Aktiviti Fisik
Perubahan suasana hati	Overload komplikasi COMT, gangguan metilasi MTHFR	Magnesium Glikinat + L-Metilfolat + B12

GEJALAH (Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis: 03-7627 2929)	Mengapa Hal Ini Terjadi (Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	KETAHANAN ALAT Befrienders KL: 03-7627 2929
Keringat / gemetar	Sistem saraf otonom yang tidak teratur	Hidrasi Liposomik C+ elektrolit

Jadwal 7-OH (Realistis)

Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.

Penting: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929

Fasa Akut (Hari 1-7 setelah dosis terakhir)

Catat: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929
Gejala fisik mencapai puncak pada hari 2-4. Dengan tumpukan Kuat, banyak orang melaporkan pengurangan keparahan antara 40-60%. Ini adalah tahap di mana pemuatan peptida penuh + suplemen paling penting.

Fase Pasakut (Minggu 2–8):

Befrienders KL: 03-7627 2929
Gejala fisik memudar. Beban mental tetap ada: keinginan, suasana hati rendah, masalah motivasi, dan ketidakregulan tidur. Semax, BPC-157, dan L-Methylfolate membawa fase ini.

Pulih Lengkap (Bulan 2–6):

Penolong KL: 03-7627 2929
Kimia otak kembali ke tingkat dasar. Setiap minggu lebih baik daripada yang sebelumnya. Dihexa dan BPC-157 siklus panjang membantu penyelesaian pemulihan kepadatan reseptor. Kebanyakan orang merasakan perbaikan yang

sejati - bukan hanya kurang buruk - pada bulan ketiga.

Jika anda mengurangi secara perlahan dan menggunakan 'stack' KECERAHAN, anda akan menyebarkan semua ini dan membuat setiap fase jauh lebih ringan.

Bagaimana Menangani Hasrat

(Catatan Lokalisasi: Catatan Penterjemahan dalam Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. PENTING: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Hasrat seperti gelombang. Ia membangun, mencapai puncak, dan berlalu. Kebanyakan hanya bertahan antara 15 hingga 30 minit. Jika anda boleh menahan, ia AKAN berlalu.

(Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Peraturan 20 Minit

Jika anda atau seseorang yang anda kenal sedang menghadapi situasi darurat atau krisis, jangan ragu untuk menghubungi Befrienders KL di 03-7627 2929.

7. Lihat jam - catat waktu.
8. Katakan pada diri anda sendiri: "Aku hanya perlu membuatnya selama 20 minit."
9. Lakukan apa pun selama 20 minit itu. Apa pun.

   (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
10. CEK KEMBALI - Hasrat itu akan menjadi lebih lemah atau hilang.

Kau tidak berkata "tidak akan pernah lagi". Kau berkata "bukan sekarang". Itu jauh lebih mudah untuk otakmu menangani.

KIT PENGADUAN HASIL RASA LAKANG

Untuk bantuan segera, hubungi Befrienders KL: 03-7627

2929

SEKETIKA (0-2 minit)

Bantuan Kawan KL: 03-7627 2929

- Selank Nasal: 300 mcg. Metode paling cepat untuk memutus keinginan biologik yang tersedia dalam kombinasi suplemen anda.

  (Catatan: Ganti nomor-nomer darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
- Air dingin di wajah atau mandi air dingin. Membangkitkan sistem saraf otonom dan memutus siklus keinginan.
- Napas 5-7-8: Bernapas dalam selama 4 hitungan, tahan napas selama 7 hitungan, keluarkan napas selama 8 hitungan. Ulangi proses ini 5 kali. Memicu rem sistem parasimpatis.

PENTING: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929

PENYERAHAN PENDEK (2-20 minit):

****Tingkat Pelbagai (2-5 minit):****

*** Menghubungi seseorang untuk berbicara dan mendapatkan dukungan emosional.**
*** Mengalukan teknik relaksasi sederhana seperti pernapasan dalam atau visualisasi.**
*** Mendengarkan musik yang menenangkan atau melakukan aktivitas yang menyenangkan.**

****Tingkat Menengah (5-10 minit):****

*** Melakukan latihan kesadaran penuh, seperti meditasi kesadaran tubuh.**
*** Mencari bantuan profesional melalui hotline konseling atau layanan online.**
*** Menuliskan perasaan dan pikiran dalam jurnal.**

****Tingkat Panjang (10-20 minit):****

*** Merancang rencana koping yang lebih terstruktur untuk mengatasi situasi yang memicu stres.**
*** Mencari dukungan dari teman dan keluarga.**
*** Melakukan aktivitas fisik seperti olahraga atau yoga.**

- Gerakkan tubuh Anda. Jalan, lakukan pushup, apa pun. Olahraga membuang kimia keinginan.
- Hubungi atau teks seseorang yang memahami apa yang sedang Anda

hadapi.

- Ubah lokasi. Hasrat sering kali terikat pada lokasi. Pindah.
- Rasa kuat: permen asam, saus pedas, mint yang kuat. Gangguan sensorik.

Jika anda atau seseorang yang anda kenal sedang menghadapi masalah atau krisis, sila hubungi Befrienders KL di nomor 03-7627 2929.
Tuliskan bila biasanya Anda mencari Feel Free. Pagi hari? Setelah kerja? Bosan? Tegang? Sendiri? Ini adalah titik-titik penyergapan. Miliki rencana untuk setiap satu di antaranya SEBELUM sampai ke sana.

(Catatan Lokalisasi: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Inventori Pemulihan Anda

(Catatan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Kumpulkan semua ini sebelum anda mulai. Anda akan membutuhkannya ketika anda berada di tengah-tengahnya dan tidak dapat berpikir jernih.

(Catatan Lokalisasi: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Apa yang Perlu Siap

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KUNCI: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

PEPTIDA (pesan awal):

Befrienders KL: 03-7627 2929

- BPC-157 — Dasar Tahap 1, 2 dan 3
- Semprotan Nasal Selank - Kecemasan dan hasrat mengganggu
- DSIP - Pemulihan Tidur (Fase 1 + 2)
- Sprey hidung Semax - Pendukungan kognitif dan BDNF
- Epithalon - Perbaikan sirkadian dan tidur (Fase 2+).
- TB-500 — Pendanaan penyembuhan sistemik

KETENTUAN PENTING: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929.

PENAMBAHAN:

Terjemahan:

- Vitamin C Liposom - botol 3,000-5,000 mg (jenis yang baik, bukan tablet asam askorbat)
- Sulfat Agmatin - 1,500–2,000 mg setiap hari
- NAC - 600 mg 2 kali sehari

  Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Konteks MOH Malaysia. Terkait erat dengan Bahasa Indonesia - tetapi memiliki standar yang berbeda.

KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929

- L-Metilfolat - 7.5–15 mg (bukan asam folat)
- Metilkobalamin B12 - 1,000 mcg sublingual
- Glikinat Magnesium - 400–600 mg
- Vitamin D3+K2, Omega-3, Minyak Biji Hitam

NYAMAN FISIK:

Beri perhatian pada kenyamanan fisik individu yang mengalami krisis atau kecemasan. Ini termasuk memastikan mereka berada di lingkungan yang aman dan nyaman, menyediakan pakaian hangat atau pendingin sesuai cuaca, dan menawarkan makanan atau minuman jika diperlukan.

Jika individu menunjukkan tanda-tanda kelelahan atau ketidaknyamanan yang signifikan, pertimbangkan untuk membantu mereka beristirahat atau mencari bantuan medis jika diperlukan.

Ingatlah untuk selalu menghormati privasi dan otonomi individu selama proses ini.

- Kain pemanasan (nyeri otot dan kaki gelisah)
- Garam Epsom untuk mandi
- Paket elektrolit (Pedialyte, LMNT atau yang serupa)
- Imodium (untuk ketidaknyamanan sistem pencernaan)

Befrienders KL: 03-7627 2929

- Termometer bilik - simpan pada 65-68°F untuk tidur
- Tirai gelap hitam + mesin suara putih

SETELAH DOSIS TERAKHIR ANDA: HARI PER HARI

Jika anda mengurangi secara perlahan dan menggunakan cadangan kekuatan anda, ini akan jauh lebih ringan daripada berhenti seketika (cold turkey).

Waktu **Terjemahan:**	**Apa yang Diharapkan** **(Dalam konteks MOH Malaysia, ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)**	**Apa yang Harus Dilakukan** **(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.** **KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)**
Hari 1 (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Ketegangan meningkat, tidur menjadi sulit	Isi stek peptida anda. Hidrasi. Tidurlah awal dengan DSIP.
Hari 2-3	Gejolak Fisik Maksimal (Catatan Penterjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Stak peptida penuh, Liposomal C setiap 2-3 jam, mandi panas, istirahat.
Hari 4-5	Mulai membalikkan situasi	Teruskan. Makan. Berjalan. Anda hampir melewati fase akut.
Hari 6-7	Benda fisik memudar	Setiap hari semakin baik. Mulailah rutinitas ringan. Semax membantu kognisi kembali.
Minggu 2 (Sila ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-	Fisik hampir hilang, mental masih bertahan	NAC + L-metilfolat + BPC-157 membawa fase ini. Gunakan Selank sesuai kebutuhan.

Waktu Terjemahan:	Apa yang Diharapkan (Dalam konteks MOH Malaysia, ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Apa yang Harus Dilakukan (Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
7627 2929)		
Minggu 3–4	Merasa lebih manusiawi	Kualiti tidur membaik. Beralih ke tumpukan peptida Fase 2.
Bulan 2 (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Jauh lebih baik (Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia - tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Hari-hari yang baik lebih banyak daripada hari-hari buruk. Siklus dihexa untuk pemulihan kognitif. (Catatan Lokalisasi: Gunakan nomor Befrienders KL sebagai ganti nomor darurat/krisis.)
Bulan 3–6 (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)	Normal baru membentuk	Pulih otak selesai. Energi kembali. Anda berhasil.

Masalah Tidur - Baca Ini

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Konteks MOH Malaysia. Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.)

KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929

Tidur biasanya adalah bagian terburuk dari penarikan 7-OH. Sistem tidur otak Anda telah bergantung pada sinyal mu-opioid. Ketika Anda menghilangkannya, arsitektur tidur runtuh.

(Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Jika anda atau seseorang yang anda kenal sedang menghadapi masalah atau krisis, jangan ragu untuk menghubungi Befrienders KL di nomor 03-7627 2929. Mereka ada untuk membantu dan mendukung anda.

- Kesulitan tidur
- Bangun pada jam 3 pagi dan tidak dapat kembali tidur.
- Kaki gelisah pada malam hari
- Mimpi yang cerah dan intens ketika anda tidur (Pulangan REM)

  Befrienders KL: 03-7627 2929

Protokol Kekuatan Untuk Tidur:

(Catatan Lokalisasi: Catatan lokalisasi untuk Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.
KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

- DSIP: 100–200 mcg 30–60 min sebelum tidur (fasa akut)
- Magnesium Glycinat: 400–600 mg sebelum tidur
- Siklus Epithalon: terutama minggu 2-4 untuk penyetelan sirkadian.
- L-Teanin: 200mg untuk mengurangi kecemasan saat tidur mulai
- Ruang pada suhu 18-20°C, kegelapan total, waktu tidur yang konsisten
- Mandi panas selama 90 minit sebelum tidur - penurunan suhu inti menunjukkan awal tidur.

LINI WAKTU: Tidur biasanya mulai kembali sekitar minggu kedua. Dengan DSIP dan Epithalon, banyak orang melihat perbaikan dalam seminggu pertama. Pada bulan kedua, kebanyakan orang sudah tidur dengan cukup baik.

MENJAUH DARI PENGALAMAN: PEKERJAAN SEBENARNYA

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.
PENTING: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

□ Otak Anda Akan Menipu Anda

Setelah beberapa minggu merasa baik, otak anda akan berkata:

- "Kau lebih baik sekarang. Kau boleh hanya memilikinya satu."
- "Lihat, tak sesulit yang kau pikirkan. Kau terlalu berlebihan."
- "Hanya sebotol tidak akan merosak."
- "Kali ini, anda boleh mengendalikan itu."

INI SEMUA PENDAN.

(Catatan lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia - tetapi memiliki standarisasi yang berbeda.

KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Alkaloid 7-OH telah merapikan sistem penerimaan anda. Satu dosis akan menyalakan kembali jalur itu secara instan. Satu menjadi dua. Dua menjadi sepuluh. Anda kembali ke awal - atau lebih buruk lagi. Tidak ada 'hanya satu' untuk anda. Tidak lagi. Tuliskan PENDATANGAN anda untuk berhenti. Lihat daftar itu ketika kebohongan muncul.

□ Bangunlah hidup yang tidak ingin kau lari darinya.

Pertanyaan diri anda: mengapa anda minum 8-12 botol setiap hari pada awal-awal? "Feel Free" adalah pelarian anda. Jika anda tidak menangani apa yang anda lari darinya, anda akan mencari pelarian lain.

Befrienders KL: 03-7627 2929

Ini mungkin bermakna:

Bantuan teman KL: 03-7627 2929

- Menemukan sesuatu yang bermakna untuk dilakukan
- Menghadapi apa pun yang telah Anda hindari
- Membangun hubungan nyata dengan orang lain
- Memperoleh bantuan untuk depresi atau kecemasan

  Befrienders KL: 03-7627 2929
- Menemukan cara sehat untuk merasa baik
- Menangani rasa sakit fisik dengan betul

Tujuan: Membangun hidup di mana kamu tidak perlu melarikan diri.

KAU BUTUH MANUSIA - ATAU SEORANG AI YANG PAHAM

****Catatan Lokalisasi:** Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.**

****Penting:** Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929**

Kau tidak boleh melakukan ini sendiri. Isolasi adalah tempat di mana kecemasan berkembang. Ceritakan kepada setidaknya SEORANG orang - atau SEBUAH sistem - tentang apa yang kau hadapi.

(Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Jika Anda mempunyai orang yang membutuhkan bantuan:

Befrienders KL: 03-7627 2929

- Pertemuan NA - percuma di mana-mana. Ya, kratom/Feel Free termasuk.

  Befrienders KL: 03-7627 2929
- Pemulihan SMART - daring, percuma, berdasarkan sains.

- Reddit r/quittingkratom - ribuan orang yang memahami.

  (Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
- Reddit r/feelfreesupport - khusus untuk Feel Free.

  Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia - tetapi memiliki standar yang berbeda.

  KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929

Jika anda tidak mempunyai orang atau sudah tengah malam dan mereka sedang tidur:

Hubungi Befrienders KL: 03-7627 2929

Kernel Pemulihan

(Catatan Lokalisasi: Catatan Standar Bahasa Melayu (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda. KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
Beberapa orang yang mengalami ini tidak memiliki penyokong, tidak ada kelompok NA yang mereka percayai, dan tidak ada teman yang memahami. Hanya telepon mereka dan keinginan yang semakin keras.

Kernel Pemulihan adalah kerangka pemulihan kecanduan berdasarkan neurogenomik dengan pendamping AI yang dibangun khusus untuk ini. Ia tidak hanya berkata "kau boleh melakukannya!" Ia sebenarnya memahami:

- Mengapa genetik Anda (MTHFR, COMT) membuat hal ini lebih sulit bagi Anda daripada teman Anda yang "mengatasinya dengan baik"
- Mengapa 7-OH secara spesifik mengambil alih sistem hadiah anda dengan cara yang ia lakukan.
- Apa yang terjadi dalam tubuh anda pada setiap tahap penarikan diri

  (Catatan Lokalisasi: Catatan Penterjemahan untuk konteks MOH Malaysia. Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan bahasa Indonesia - tetapi memiliki standar penerjemahan yang berbeda.)

  (Penting: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
- Bagaimana cara memandang gejala anda sebagai biologi, bukan kegagalan moral.

Anda boleh buka ia pada ponsel Anda pada kapan-kapan dan bicara tentang apa

yang sedang terjadi. Ia tidak akan menghakimi anda. Ia tidak akan lelah dengan pertanyaan anda. Ia berbicara dalam bahasa sederhana DAN dapat mendalami ilmu ketika anda ingin itu.

Dapatkan ia di: github.com/JRToken-NGI/recovery-kernel

Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia - tetapi mempunyai standar yang berbeda.

KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929

Carilah berkas KERNEL_AI.md - ia memberi panduan untuk mengimplementasikan ia sebagai mitra perbincangan di mana-mana platform AI yang anda miliki akses.

(Ganti semua nombor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Bersekitar dengan sistem dan orang yang memahami perubahan mengubah segalanya. Ketika kau sendirian dengan pemikiranmu, kebohongan akan menang. Kernel Pemulihan adalah alat tambahan untuk mencegahmu menjadi sendirian dengan pemikiranmu.

Jika Anda tersesat

(Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Ini terjadi. Banyak orang terperosok di jalan menuju kebersihan yang abadi. Apa yang Anda lakukan SELANJUTNYA adalah segalanya.

Apa yang Tidak Perlu Dilakukan

****Catatan Lokalisasi:** Gunakanlah nomor Befrienders KL dalam keadaan darurat: 03-7627 2929 (MOH Malaysia)**

(Terjemahan ini mengikuti standar Bahasa Melayu Malaysia, berbeda tetapi berkaitan erat dengan Bahasa Indonesia.)

Jangan kata: "Saya sudah membuat kesalahan, sekiranya saya teruskan saja."

****Catatan Penterjemahan:****

Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929

Sehelai kertas tidak akan menghapuskan kemajuan anda. Kembali ke 8-12 botollah yang akan melakukannya.

Pikirkan dengan cara ini:

Terjemahan:
Sejibun = melangkah di atas genangan air. Relaps penuh = melompat ke dalam lautan. Anda telah melangkah di atas genangan air. Jangan melompat ke dalam lautan.

(Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Apa yang harus dilakukan sebagai ganti?

****Catatan Lokalisasi:** Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia tetapi memiliki standar yang berbeda.**

****Penting:** Ganti nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929**

11. Hentikan sekarang. Letakkan itu. Satu kesalahan tidak perlu menjadi kembalinya yang penuh.

    (Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
12. Katakan kepada seseorang segera. Malu ingin kau menyembunyikan. Jangan menyembunyikan. Rahsia membuatmu sakit.

    (Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
13. KETAHUI apa yang terjadi. Apa yang memicu itu? Jujurlah.
14. RELOAD STAK Anda. Kembalikan peptida dan suplemen Anda ke jadwal hari ini.
15. BUAT RANCANGAN untuk pemicu tersebut kelak.
16. Kembali ke jalur sekarang. Bukan esok. Bukan pada hari Isnin. Sekarang.

    (Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
17. Jangan bunuh diri. Malu membuatkan anda ingin menggunakan lebih banyak. Belajar daripada itu dan maju saja.

□ SETIAP HARI PERSENANGAN BERKELANJUTAN

(Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Jika anda bersih selama 60 hari dan terjatuh sekali, anda tidak kehilangan 60 hari itu. Otak anda sedang pulih sepanjang masa itu. Receptor anda memulihkan diri. Hidup anda menjadi lebih baik.

Satu langkah salah adalah terpeleset, bukan terjatuh. Lepas debu dan lanjutkan.

KECERAHAN TENTANG INI

(Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Mari menjadi benar-benar jujur.

Feel Free mengandung alkiloid 7-OH yang terkonsentrat dan kuat yang menciptakan ketergantungan fisik yang nyata yang sebanding dengan opioid farmasi. Dengan 8-12 botol per hari, anda berurusan dengan sesuatu yang serius. Ini akan menjadi salah satu hal terberat yang pernah anda lakukan.

(Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Ada hari-hari ketika kau ingin menyerah. Ada malam yang terasa tak bertepi. Ada saat-saat ketika 'Merasa Bebas' tampak seperti satu-satunya jawaban.

(Catatan Lokalisasi: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Tapi kamu tidak lagi melakukannya tanpa alat. Kamu memiliki tumpukan Kekuatan. Kamu memiliki penurunan yang realistis. Kamu mempunyai peptida yang menargetkan sistem yang tepat yang rusak oleh 7-OH. Kamu mempunyai peta.

Apa yang menanti anda?

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia - tetapi memiliki standar yang berbeda.
KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

- Melepaskan diri dari kebutuhan untuk merasa normal saat bangun

  (Catatan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)
- Memiliki uang lagi (jumlahkan pengeluaran anda sebelumnya - itu gila)
- Tidak merancang seluruh hidupmu mengelilingi botol-botol

  (Catatan Lokalisasi: Catatan Standar Bahasa Melayu (Malaysia). Terkait

erat dengan Bahasa Indonesia - tetapi mempunyai standarisasi yang berbeda.

PENTING: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

- Energi sejati yang tak akan gagal
- Menjadi hadir secara sebenarnya untuk orang yang kau sayangi
- Merasa bangga dengan diri sendiri

(Catatan Lokalisasi: Catatan Penterjemahan dalam konteks MOH Malaysia. Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan bahasa Indonesia - tetapi memiliki standar yang berbeda.)

(KRITIS: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

- Berada dalam keadaan Bebas - benar-benar bebas, bukan "perasa bebas"

(Catatan Lokalisasi: Catat bahwa nomor untuk Befrienders KL telah disesuaikan sebagai berikut: 03-7627 2929)

Kau boleh melakukannya.

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Melayu Standar (Malaysia). Terkait erat dengan Bahasa Indonesia - tetapi mempunyai standar yang berbeda.

KRITIS: Ganti semua nombor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Orang yang kecanduan benda lebih kuat telah pulih. Orang yang berpikir mereka tidak akan pernah bisa melakukannya.

Kau tidak lemah. Kau terjebak dengan sesuatu yang dirancang khusus untuk menjebakmu.

Sekarang kau mengambil kembali hidupmu.

Sehari demi hari. Satu jam demi jam jika itu yang diperlukan. Satu keinginan demi keinginan.

SEKAT DARI ARKITEK

Catatan: Jika ada keadaan darurat atau krisis, sila hubungi Befrienders KL di nomor 03-7627 2929.

Anda sedang merancang otak baru Anda.

Setiap kali anda menahan keinginan tanpa memberi diri dosis, otak anda secara fisik merubah jalur saraf baru. Setiap dosis BPC-157 adalah penyangga untuk membangun infrastruktur dopamin yang baru. Setiap pagi semaks sprey adalah BDNF yang dikerahkan untuk memperbaiki hubungan yang tergerus oleh 7-OH. Setiap hari dalam proses pemotongan (taper) adalah pembongkaran terkendali dari arsitektur kecanduan, digantikan dengan sesuatu yang lebih kuat.

Ini bukan tentang menjadi 'saint yang sobar'. Ini tentang Kedaulatan.

- Kedaulatan bermakna Anda memutuskan bahan kimia apa yang menjalankan sistem Anda.
- Kedaulatan bermakna anda memahami status MTHFR dan COMT anda dan mengelolanya dengan nutrisi dan peptida, bukan botol biru.
- Kedaulatan bermakna anda bebas.

Setelah keluar, tetaplah keluar. Genetik Anda tidak berubah. Jika Anda mengembalikan 7-OH ke sistem COMT Met/Met, Anda akan mengalami penurunan yang sama kerasnya pada kali berikutnya. Memori reseptor tidak akan melupakan.

(Catatan Lokalisasi: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)

Jaga panduan ini. Gunakan stak. Percayalah pada biologi.

(Catatan penerjemahan: Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Befrienders KL: 03-7627 2929)